

"Утверждаю"
 Директор МАОУ СОШ №24
 Т.М. Заостровных

МЕНЮ

Начальная школа 13а

17 октября 2023 г.

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, руб | Доля, % |
|------------------------|---|---------------|--------------|--------------|--------------|----------|---------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | всего | в т.ч. | всего | в т.ч. | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 38/3 | Рис отварной | 150 | 3,81 | 0,05 | 5,33 | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 10,26 | |
| 12/7 | Биточки рыбные из горбуши | 90 | 18,01 | 16,99 | 8,56 | 0,12 | 7,8 | 180,4 | 41,90 | |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,93 | 0 | 0,26 | 0,26 | 22,98 | 106,1 | 2,98 | |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,12 | 0 | 0,39 | 0,39 | 13,38 | 62,05 | 1,67 | |
| 6/10 | Компот из сухофруктов (вариант 2) | 200 | 1,02 | 0 | 0,06 | 0,06 | 18,29 | 69,02 | 2,99 | |
| - | Яблоки | 160 | 0,64 | 0 | 0,64 | 0,64 | 18,56 | 77,89 | 23,20 | |
| Итого за 'Обед' | | | 28,53 | 17,04 | 15,24 | 2 | 120,9 | 719,1 | 83,00 | 100,00 |
| Итого за день | | | 28,53 | 17,04 | 15,24 | 2 | 120,9 | 719,1 | 83,00 | |

Содержание, % от
калорийности

17 20 64

Начальная коррекция 13а

17 октября 2023 г.

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, руб | Доля, % |
|---------------------------|---|---------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|---------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | всего | в т.ч. жив. | всего | в т.ч. раст. | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| 20/5 | Суфле творожное школьное | 150 | 28,72 | 29,42 | 16,99 | 0,14 | 21,69 | 357 | 60,36 | |
| - | Молоко сгущенное | 10 | 0,72 | 0,72 | 0,85 | 0 | 5,55 | 31,74 | 0,00 | |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,2 | 0 | 0,19 | 0,19 | 17,23 | 79,61 | 2,24 | |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,12 | 0 | 0,39 | 0,39 | 13,38 | 62,05 | 1,67 | |
| | Джем | 20 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 14,52 | 55,58 | 4,03 | |
| 27/10 | Чай (вариант 2) | 200 | 0,08 | 0 | 0,02 | 0,02 | 4,95 | 19,22 | 0,75 | |
| - | Яблоки | 160 | 0,64 | 0 | 0,64 | 0,64 | 18,56 | 77,89 | 23,20 | |
| Итого за 'Завтрак' | | | 34,57 | 30,14 | 19,08 | 1,38 | 95,88 | 683 | 92,25 | 48,72 |

Обед

| | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|-----|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 38/3 | Рис отварной | 150 | 3,81 | 0,05 | 5,33 | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 10,26 | |
| 12/7 | Биточки рыбные из горбуши | 90 | 18,01 | 16,99 | 8,56 | 0,12 | 7,8 | 180,4 | 41,90 | |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,93 | 0 | 0,26 | 0,26 | 22,98 | 106,1 | 2,98 | |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,12 | 0 | 0,39 | 0,39 | 13,38 | 62,05 | 1,67 | |
| 6/10 | Компот из сухофруктов (вариант 2) | 200 | 1,02 | 0 | 0,06 | 0,06 | 18,29 | 69,02 | 2,99 | |
| - | Яблоки | 160 | 0,64 | 0 | 0,64 | 0,64 | 18,56 | 77,89 | 23,20 | |
| Итого за 'Обед' | | | 28,53 | 17,04 | 15,24 | 2 | 120,9 | 719,1 | 83,00 | 51,28 |
| Итого за день | | | 63,1 | 47,18 | 34,31 | 3,37 | 216,8 | 1402 | 175,26 | |

Содержание, % от
калорийности

19 23 58

"Утверждаю"
 Директор МАОУ СОШ №24
 Т.М. Заостровных

МЕНЮ

Сотрудники 13а

17 октября 2023 г.

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | | Жиры, г | | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Цена, руб | Доля, % |
|----------------------------------|---|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | всего | в т.ч. | всего | в т.ч. | | | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| 38/3 | Рис отварной | 150 | 3,81 | 0,05 | 5,33 | 0,54 | 39,94 | 223,6 | 10,26 | |
| 12/7 | Биточки рыбные из горбуши | 90 | 18,01 | 16,99 | 8,56 | 0,12 | 7,8 | 180,4 | 41,90 | |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,93 | 0 | 0,26 | 0,26 | 22,98 | 106,1 | 2,98 | |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,12 | 0 | 0,39 | 0,39 | 13,38 | 62,05 | 1,67 | |
| 6/10 | Компот из сухофруктов (вариант 2) | 200 | 1,02 | 0 | 0,06 | 0,06 | 18,29 | 69,02 | 2,99 | |
| Итого за 'Обед' | | | 27,89 | 17,04 | 14,6 | 1,36 | 102,4 | 641,2 | 59,80 | 100,00 |
| Итого за день | | | 27,89 | 17,04 | 14,6 | 1,36 | 102,4 | 641,2 | 59,80 | |
| Содержание, % от калорийности | | | 18 | | 21 | | 61 | | | |